#MonJobAvecInfoJeunes
#ExplorerLesPossibles

TROUVER UN JOB EN OCCITANIE

ÉDITION 2024
www.crij.org

JOBS by InfoJeunes

Info Jeunes Occitanie
EXPLORER LES POSSIBLES

RÉGION ACADÉMIQUE OCCITANIE

La Région Occitanie Pyrénées · Méditerranée

info Jeunes Occitanie

EXPLORER LES POSSIBLES

ON T'ACCOMPAGNE !

- CONSTRUIRE SON PARCOURS
- TRAVAILLER
- ENTREPRENDRE
- S'ENGAGER
- SE LOGER
- PARTIR À L'ÉTRANGER
- PRENDRE SOIN DE SOI
- SE DÉPLACER
- SE DISTRAIRE
- ACCÉDER À SES DROITS
- APPRENDRE À S'INFORMER

INFO JEUNES BY CRIJ OCCITANIE - WWW.CRIJ.ORG

#EXPLORERLESPOSSIBLES

TOULOUSE ET MONTPELLIER - CONTACT@CRIJ.ORG

Édito

Le CRIJ Occitanie, ses équipes et le réseau Info Jeunes ont le grand plaisir de vous offrir l'édition 2024 du guide « Trouver un Job ».

Parce que ce n'est pas simple de trouver un premier job, ou un job pour l'été, nous avons rassemblé dans ce guide tout ce qu'il faut savoir pour découvrir le monde du travail. Nous espérons que grâce à ces informations, vous pourrez faire vos premières expériences très prochainement.

Le réseau Info Jeunes est présent (presque) partout en France. Il y a certainement une structure labellisée par l'état près de chez vous. Vous en retrouverez la liste sur le site www.crij.org

Voilà pourquoi c'est important de venir nous rencontrer : le réseau Info Jeunes, ce sont des conseillers qui vous accompagnent dans toutes les grandes étapes et décisions de la vie : premiers jobs, logement, mobilité à l'étranger, accès aux droits et démarches administratives, volontariat… Prendre des décisions, c'est d'abord bien s'informer, explorer les possibles et évaluer toutes les options.

Le réseau Info Jeunes vous aidera à identifier les personnes et les ressources dont vous aurez besoin pour réussir vos projets : des employeurs potentiels, des conseillers spécialistes, des professionnels dans tous les domaines. Nos conseillers sont là pour vous mettre en relation et pour vous soutenir dans vos initiatives.

Nos accompagnements sont gratuits pour tous les jeunes, parce que nous sommes un réseau d'acteurs publics ou associatifs réunis par une même ambition : vous ouvrir toutes les opportunités et vous aider à les saisir.

Alors, n'attendez pas ! Venez nous voir, et si vous êtes satisfaits, parlez-en autour de vous.

Jean-Pierre Margaix
Directeur du CRIJ Occitanie

Notes

Sommaire

MON JOB ET MES DROITS 7
À partir de quel âge peut-on travailler ? 7
Le salaire 7
Ce que dit la loi 8
Le contrat de travail 9
Zoom Avant 18 ans : des jobs accessibles 10
Un job en auto-entrepreneuriat 11
Zoom Travail non déclaré / Étudiant et salarié 12
Faire valoir ses droits 13

ORGANISER SA RECHERCHE 15
Comment chercher 15
Zoom Trouver un job grâce aux réseaux sociaux 16
Le CV 18
Le mail ou la lettre de motivation 20
L'entretien 23
Zoom Les jobs d'hiver 24

LES SECTEURS QUI RECRUTENT 25
Agriculture 25
Zoom Le Bafa 26
Animation, sports 27
Commerce et grande distribution 28
Encadrement scolaire et périscolaire 29
Hôtellerie-restauration 30
Nettoyage, entretien 30
Parkings, sécurité, autoroutes 31
Santé 31
Zoom Baby-sitting 32
Services à la personne 33
Zoom Jobs insolites 34
Sondages, télémarketing, téléassistance, recensement 35
Tourisme, culture, événementiel 36
Transports 38

UN JOB À L'ÉTRANGER 39
Préparez votre projet 39
Comment chercher ? 39
Formalités et démarches 40
Santé 40
Quelques pistes 41

LE CRIJ ET LE RÉSEAU INFO JEUNES 42

Le + réseau IJ **Suivez ce picto et repérez au fil des pages tous les services proposés par le réseau Info Jeunes.**

EMPLOI STORE
VOS SERVICES DE L'EMPLOI

Services Emploi, forums, coaching, formations, Moocs, simulateur d'entretien d'embauche, etc.
mis à disposition, pour toujours mieux vous accompagner !

www.emploi-store.fr
propulsé par France Travail

Les supports pour créer ou reprendre une entreprise

L'incontournable pour une recherche d'emploi à l'étranger

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

France Travail

MON *job* ET MES *droits*

Un job est un emploi comme un autre. Il est soumis au droit du travail. Vous avez les mêmes droits et les mêmes devoirs que les autres salariés.

À partir de quel âge peut-on travailler ?

Travailler dès 16 ans, c'est possible. Cependant, une autorisation des parents ou du représentant légal est obligatoire.

Dans certains cas, le travail peut être autorisé à partir de 14 ans (voire avant pour le mannequinat, la publicité...), mais des règles particulières doivent être respectées. Dans la pratique, les recruteurs ont tendance à recruter davantage les jeunes à partir de 18 ans.

Le salaire

Il est versé chaque mois et s'accompagne d'un bulletin de paie à votre nom sur lequel doivent figurer certaines mentions obligatoires : poste occupé, période de paie, nombre d'heures effectuées, intitulé de la convention collective, salaire brut, nature et montant des cotisations sociales patronales et salariales, prise en charge des frais de transport, salaire net, congés.

Conservez à vie vos bulletins de paie, ils vous seront utiles pour faire valoir vos droits.

Le salaire net, c'est quoi ?

C'est la somme que vous recevrez. Son montant se calcule en retirant les cotisations sociales (environ 23 % du brut).

Le Smic, c'est quoi ?

C'est le salaire minimum.

Le Smic au 1er janvier 2024 est de 11,65 € brut de l'heure, soit 1 766,92 € brut par mois sur la base de 35h hebdomadaires.

À titre indicatif, le montant mensuel net du Smic s'élève à 1 398,70 € environ.

Salaire des moins de 18 ans

Rémunération minimale versée aux mineurs ayant moins de 6 mois d'activité professionnelle :
– moins de 17 ans : 80 % du Smic.
– entre 17 et 18 ans : 90 % du Smic.

Rien ne vous empêche de négocier pour demander plus !

i

Job et impôt

Les jeunes lycéens ou étudiants de moins de 26 ans ne paient pas d'impôt sur le revenu à condition que leurs salaires ne dépassent pas 3 fois le Smic.

Ce que dit la loi

	18 ans et plus	16-17 ans	14-15 ans
Formalités administratives	Visite médicale d'information et de prévention	• Visite médicale avant embauche • Accord écrit des deux parents ou du représentant légal	• Visite médicale avant embauche • Accord écrit des deux parents ou du représentant légal + cosignataire du contrat • Demande écrite de l'employeur à l'Inspection du travail (accord tacite 8 jours après l'envoi)
Emplois interdits ou réglementés	Aucun	✖ Débits de boissons ✖ Travaux comportant des activités dangereuses pour la santé et la sécurité du salarié et pénibles (travail sur machines, port de charges, travail en hauteur…) sauf dérogation ou déclaration à l'Inspection du travail	
Durée maximale	• 10h par jour • 35h par semaine (jusqu'à 48h maximum)	• 8h par jour • 35h par semaine uniquement pendant les vacances scolaires supérieures ou égales à 14 jours	• 7h par jour • 35h par semaine (32h dans le secteur agricole) • Pas plus de la moitié des vacances scolaires (si supérieures ou égales à 14 jours)
Repos entre 2 jours de travail	11h consécutives	12h consécutives	14h consécutives
Repos hebdomadaire	1 jour (24h) ou plus selon accords	2 jours consécutifs dont le dimanche (dérogations possibles pour les 16-17 ans)	
Pause journalière	20 minutes toutes les 6h	30 minutes consécutives toutes les 4h30	
Travail de nuit	8h consécutives maximum sauf exceptions	✖ Interdit entre 22h et 6h sauf exceptions	✖ Interdit entre 20h et 6h sauf exceptions (mais jamais entre minuit et 4h)
Travail les jours fériés	Autorisé sauf le 1er mai (exceptions dans certains secteurs où il est payé double)	✖ Interdit sauf exceptions	

Le contrat de travail

Un contrat de travail écrit – temps plein ou partiel – doit vous être remis dans les 2 jours ouvrables suivant votre embauche. Vous devez le signer. On parle de « temps partiel » quand la durée du travail est inférieure à 35h par semaine. Tout contrat peut être rompu avant la fin en respectant les conditions réglementaires.

Pour en savoir plus : code.travail.gouv.fr

Mentions obligatoires

- Nom et adresse du salarié et de l'employeur.
- Désignation et description du poste de travail occupé.
- Si remplacement, nom et qualification de la personne remplacée.
- Durée du contrat, date de début et de fin pour les CDD.
- Salaire, indemnités et avantages en nature.
- Temps de travail hebdomadaire.
- Lieu(x) de travail.
- Durée de la période d'essai et du préavis en cas de rupture de contrat.
- Convention collective applicable.
- Caisse de retraite complémentaire et organisme de prévoyance.

Le CDD (contrat à durée déterminée)

Il est conclu pour une durée limitée. À la fin de votre CDD, vous avez droit à une indemnité de fin de contrat dite « indemnité de précarité » (10 % de la rémunération brute totale), sauf pour les jobs saisonniers, contrats vendanges et jobs étudiants.

La période d'essai est d'1 jour par semaine pour les CDD inférieurs ou égaux à 6 mois (ou selon convention collective).

Le contrat saisonnier

Très répandu surtout dans les zones touristiques et agricoles, il est conclu pour un travail qui se répète normalement chaque année à des dates à peu près fixes (récoltes, cueillettes, activités touristiques, secteur agro-alimentaire).

Il existe aussi le contrat de vendanges (cf. p.25).

Le contrat de travail temporaire (intérim)

Vous êtes salarié et rémunéré par l'entreprise de travail temporaire. Vous assurez une « mission » (tâche précise et temporaire) au sein d'une autre entreprise. Sa durée exacte est précisée dans le contrat de travail.

Le CDI (contrat à durée indéterminée)

C'est un contrat conclu sans limitation de durée, à temps plein ou temps partiel.

Fin de contrat

À la fin de votre contrat, l'employeur doit vous remettre à minima :

- un certificat de travail,
- un reçu pour solde de tout compte,
- une attestation à remettre à Pôle emploi (France Travail).

AVANT 18 ANS : DES JOBS ACCESSIBLES

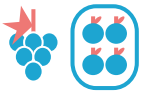
N'hésitez pas à contacter directement les recruteurs. Vos atouts : dynamisme, motivation, savoir être (capacité à communiquer, adaptabilité, sens de l'organisation). Sortez votre joker en précisant que vous êtes hébergé à côté de votre job. Et pensez à solliciter votre entourage !

Valorisez vos compétences et vos expériences : informatique, langues étrangères, Bafa, stages, baby-sitting, implication dans une association, chantiers de bénévoles, service civique, pompier volontaire…

Attention, travailler chez un particulier n'est autorisé qu'à partir de 16 ans.

CES SECTEURS VOUS SONT PLUS ACCESSIBLES :

BABY-SITTING
Gardes d'enfants ponctuelles, régulières



TRAVAUX SAISONNIERS AGRICOLES
Conditionnement, maraîchage : ramassage, cueillette de fruits, de légumes, emballage...

VENTE
Boulangerie, marchés, plage

SERVICES À LA PERSONNE
Courses, garde d'animaux, ménage, jardinage, assistance informatique

ANIMATION
Encadrement d'enfants ou d'ados en accueil de loisirs

RESTAURATION
Restauration rapide, extras, plongeur

À défaut d'un job, voici des pistes pour d'autres expériences à valoriser sur votre CV ! Le réseau IJ pourra vous aiguiller.

- Sapeur-pompier volontaire (SPV) dès 16 ans.
  www.pompiers.fr rubrique Devenir sapeur-pompier volontaire
- Chantiers de jeunes bénévoles (cf. p.41)
- Coopératives Jeunesse de Service
  https://lafabriquecooperative.fr/ cooperatives-jeunesse-de-services/
- Bénévole sur un festival, un spectacle (cf. p.37) dans une association...
- Préparer le Bafa dès 16 ans (cf. p. 26).
  www.jeunes.gouv.fr/bafa-bafd
- Stages de découverte

Jobs et allocations familiales

Jeunes de moins de 21 ans : pour que vos parents continuent de percevoir les prestations familiales de la CAF (ou MSA), vos revenus ne doivent pas dépasser 55 % du Smic. www.caf.fr

Un job en auto-entrepreneuriat

Chauffeur VTC, livreur, services aux particuliers, création et vente de bijoux ou d'objets…

Certains jobs s'exercent en indépendant avec le statut de micro-entrepreneur. Vous n'êtes donc pas salarié d'une entreprise. Soyez vigilant quand vous répondez à une annonce, on peut vous imposer ce statut.

Conditions : le chiffre d'affaires de votre micro-entreprise est plafonné et ne doit pas dépasser certaines sommes sur une année d'activité. Ce régime fiscal et social est adapté pour des « petites » activités.

Démarches : le statut se demande simplement en ligne. Dès la réception de votre n° Siret, vous déclarez le montant de votre chiffre d'affaires chaque mois ou chaque trimestre.

Le calcul de vos cotisations et contributions s'effectue automatiquement.

www.laregion.fr/creer-une-entreprise
www.bpifrance-creation.fr
www.autoentrepreneur.urssaf.fr
https://formalites.entreprises.gouv.fr

Limites de la micro-entreprise

Si vous êtes imposable sur le revenu, c'est à vous de cotiser pour les caisses de retraite, de Sécurité sociale ou de prévoyance. Vous ne pouvez déduire de votre chiffre d'affaires aucune charge (téléphone, scooter, vélo, déplacements…) et n'avez pas droit aux congés payés. Vous devez aussi vérifier que vous avez une mutuelle correcte qui vous couvre en cas d'accident.

i

Étudiants entrepreneurs

Le statut national étudiant entrepreneur (SNEE) s'adresse en particulier aux étudiants et jeunes diplômés porteurs d'un projet de création d'entreprise. Seule condition requise : être titulaire du bac ou du niveau bac.

Parmi les avantages : aménagements d'emploi du temps, crédits ECTS et possibilité de substituer au stage le travail sur son projet. Ce statut permet de garder ou de retrouver le statut étudiant avec la possibilité (si vous avez moins de 28 ans) de conserver les bourses sur critères sociaux, la couverture sociale étudiante, les tarifs réduits… Pour obtenir ce statut, vous devez déposer votre demande sur : www.pepite-france.fr. Votre Pepite étudiera votre dossier et, en fonction de votre motivation et de l'avancée de votre projet, vous délivrera ou non le statut.

Des infos également sur : www.cidj.com

ZOOM

TRAVAIL NON DECLARÉ

Ne pas être déclaré par un employeur est illégal. Être déclaré garantit vos droit sociaux. Plus d'infos sur : secu-jeunes.fr rubrique Mon job & moi. Conséquences si vous n'êtes pas déclaré :

- ✖ En cas d'accident du travail, vous n'êtes pas assuré.
- ✖ Vous n'aurez pas droit aux allocations-chômage, à la prime d'activité, aux APL...
- ✖ Vos heures de travail ne compteront pas pour le calcul de votre retraite.
- ✖ Si l'employeur ne vous paie pas, les recours seront extrêmement difficiles.
- ✖ Difficile d'obtenir un logement sans justifier de revenus.

Pour être sûr d'être bien déclaré par son employeur : www.urssaf.org rubrique Ressources documentaires / Espace jeunes

www.travail-emploi.gouv.fr rubrique Droit du travail / Lutte contre le travail illégal

L'Inspection du travail (Dreets) répond anonymement à vos questions. Contact sur : https://dreets.gouv.fr/ https://occitanie.dreets.gouv.fr/

ÉTUDIANT ET SALARIÉ

Vous pouvez bénéficier d'aménagements (dispense d'assiduité, emploi du temps adapté…). Soyez vigilant cependant : il est parfois difficile de concilier la réussite d'une année d'études avec un job à plus de 15h/semaine. Renseignez-vous auprès du secrétariat de votre université et sur etudiant.gouv.fr.

Si vous percevez un revenu mensuel net avant impôt d'au moins 1070,78 € (78 % du Smic) , vous pourrez bénéficier de la prime d'activité.

Étudiants boursiers, attention : si vous gagnez plus de 3 fois le Smic sur une année civile, votre bourse risque d'être revue à la baisse.

Étudiants étrangers

Tout étudiant étranger peut travailler jusqu'à 964h/an (soit 60 % de la durée légale). Au-delà, il vous faudra une autorisation. Les règles varient selon votre nationalité :

- Européen, vous pouvez travailler ;
- non-Européen, il faut un titre de séjour « Étudiant » et l'employeur doit vous déclarer à la préfecture ;
- Algérien, d'autres règles s'appliquent.

Pour les non-étudiants, un titre de séjour ou une autorisation de travail est nécessaire. Les étudiants étrangers titulaires d'une carte de séjour Étudiant ne peuvent pas être auto-entrepreneurs. Pour en savoir plus : www.service-public.fr rubrique Fiches pratiques par thème / Étranger / Travail en France

Faire valoir ses droits

En cas de conflit avec votre employeur, des solutions existent :

À l'amiable :

- Les représentants du personnel ont pour mission de faire part de toute réclamation à l'employeur.
- Les syndicats de salariés.
- L'inspection du travail (Dreets).

Devant la justice :

- Le conseil de prud'hommes est compétent pour régler tous les litiges individuels entre employeurs et salariés.
- Les syndicats de salariés peuvent vous représenter en justice.

Pour plus de renseignements, contactez l'inspection du travail.

Contacts sur : https://occitanie.dreets.gouv.fr/ et cf. p.12.

Numéro unique pour toute question relative au droit du travail : 0806 000 126 (prix d'un appel)

Pour aller plus loin :

code.travail.gouv.fr

www.travail-emploi.gouv.fr rubrique Droit du travail

www.service-public.fr rubrique Fiches pratiques par thème / Travail

Harcèlement au travail : un délit

Le harcèlement est la répétition de propos et de comportements ayant pour but ou effet une dégradation des conditions de vie de la victime.

Si vous êtes dans une situation de harcèlement, envoyez un SMS au 114, déposez plainte au commissariat ou parlez-en aux représentants du personnel ou au médecin du travail.

Pour en savoir plus :
www.service-public.fr Fiches pratiques par thème /Justice

Victime de discrimination ?

À l'embauche ou au travail, comme partout, toute forme de discrimination est interdite.

www.antidiscriminations.fr

3928 : signalement et accompagnement des victimes de discrimination.

Jeunes en situation de handicap vous avez les mêmes droits

www.monparcourshandicap.gouv.fr
www.agefiph.fr

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

la Boussole des Jeunes

ORGANISER sa recherche

Commencez vos recherches dès janvier-février pour les jobs d'été et dès septembre pour ceux d'hiver.

Comment chercher ?

Faites le point sur vos points forts, vos compétences, vos envies et vos contraintes puis répondez aux offres ou envoyez des candidatures spontanées. Ciblez vos recherches et ne vous éparpillez pas !

- Jouez la proximité
- Suivez l'actualité des recrutements (LinkedIn, Facebook, sites des entreprises…)
- Parlez-en autour de vous
- Soyez actif et disponible
- Créez-vous des alertes

Réseau Info Jeunes

Il accompagne les jeunes dans leur recherche de job : offres d'emploi, organisation de forums et d'ateliers... Voir adresses p. 42 et sur : www.crij.org

Le + réseau IJ Agenda national et régional des opérations Jobs d'été

www.jobs-ete.com

www.crij.org

Réseau relationnel

Pour obtenir conseils et pistes, parlez de votre recherche à votre famille, aux amis, anciens collègues de stage, voisins, commerçants proches de chez vous et communiquez sur vos réseaux sociaux.

Se loger loin de chez soi

Colocation, auberges de jeunesse, résidences de jeunes travailleurs, résidences universitaires, dispositifs de la commune, campings, famille, amis, relations… Il est plus facile de trouver un job quand on a déjà un hébergement ! Infos auprès du réseau Info Jeunes et sur : www.crij.org

Pour les étudiants

Les Crous proposent des offres de jobs temporaires compatibles avec vos études ou saisonniers dans divers secteurs.

www.jobaviz.fr

www.crous-toulouse.fr

www.crous-montpellier.fr

Autres pistes à explorer

- Missions locales (16-25 ans) Maisons de l'emploi

Elles accompagnent les jeunes sortis du système scolaire et disposent d'offres d'emploi.

www.missionslocalesoccitanie.org/ (annuaire des missions locales)

TROUVER UN JOB GRÂCE AUX RÉSEAUX SOCIAUX

Incontournables pour vous faire repérer et entrer en contact avec des employeurs, les réseaux sociaux sont un bon moyen pour trouver un stage, un emploi ou un job !
Attention, cependant, à bien configurer votre confidentialité et à ne pas publier n'importe quelle info vous concernant (photos, contenus…). Car les recruteurs vont aussi consulter votre profil et se faire une idée de votre personnalité à travers vos publications !

Sur **LinkedIn**, premier réseau professionnel, rendez-vous à la rubrique Emploi et consultez les pages des entreprises. Créez-vous des alertes LinkedIn Jobs.

Sur **X (ex-Twitter)**, suivez les # liés aux jobs : #job et #jobsdete vous informent, par exemple, des dates des journées Jobs d'été organisées dans le réseau Info Jeunes.

Sur **Facebook** et **Instagram**, partagez avec vos contacts et amis votre recherche de job. Suivez les groupes jobs de votre territoire et l'actualité des entreprises.

Droit à l'oubli sur Internet

Pour obtenir des infos sur ce sujet, scannez le code !

Nos conseils

- N'hésitez pas à entrer en contact avec les personnes qui vous intéressent. Informez-les que vous cherchez un job. Exprimez votre motivation. Cela vous permettra aussi de développer votre réseau.
- Travaillez votre identité numérique en ayant toujours un profil à jour : petite biographie sur X (ex-Twitter), résumé et expériences sur LinkedIn avec une photo de profil « professionnel » et la mention « en recherche d'un job de… ».
- Soyez précis et choisissez vos mots clés avec soin. Ils doivent permettre à l'entreprise de repérer votre profil en premier !
- Faites vivre vos comptes sociaux en partageant des contenus (actualités, articles, études…) sur le sujet en rapport avec votre univers professionnel.
- Consultez aussi les articles consacrés aux réseaux sociaux sur le site **cidj.com**

• Agences d'emploi et de travail temporaire

Elles proposent des missions courtes ou saisonnières. Dans la plupart des cas, il faut être majeur. Pensez à vous inscrire en ligne sur les sites de chaque agence et à les relancer.
www.agences-interim.com

• Espaces saisonniers

Si vous êtes disponible plusieurs mois avec un peu d'expérience, contactez les Maisons des saisonniers. À voir selon votre région.

Sites généralistes et applis

À titre indicatif :

- indeed.fr
- leboncoin.fr
- hellowork.com/fr-fr/
- monster.fr
- emploi.org
- saisonnier.fr
- 1jeune1solution.gouv.fr
- cornerjob.com
- emplois2024.fr
- jemepropose.com
- emploi.handicap.fr

Pôle emploi (France Travail) propose également des offres saisonnières accessibles à tout public et informe sur les journées de recrutement. Possibilité de déposer et diffuser votre CV en ligne.
www.pole-emploi.fr
Utilisez la recherche avancée.

• La Boussole des Jeunes

Favorise la mise en relation rapide entre professionnels et jeunes pour bénéficier de services adaptés à leur situation.
Connectez-vous pour être contacté par un professionnel de l'emploi.
www.boussole.jeunes.gouv.fr

• Les Promeneurs du Net (PDN)

En relation directe avec les jeunes sur Internet, ces professionnels issus de différents secteurs écoutent et conseillent sur toutes les questions dont celle du job. Retrouvez-les sur :
www.promeneursdunet.fr

Sites web des entreprises

Pensez aux pages « emploi » ou « job étudiant » des entreprises et grandes enseignes. Tapez le nom de l'entreprise suivi du terme « recrutement » dans votre moteur de recherche et postulez en ligne ou déposez votre CV.

Sites web et applis

Ils sont incontournables dans une recherche de job. Tapez les bons mots-clés dans votre moteur de recherche ou passez par des sites généralistes ou plateformes. Téléchargez certaines applis sur votre smartphone. N'hésitez pas à publier votre CV en ligne pour être visible des recruteurs en recherche de profils comme le vôtre (quelques exemples ci-contre).

Forums et salons

Sur les salons de l'emploi, job dating, forums job, vous serez en contact direct avec les entreprises qui recrutent
www.pole-emploi.fr/region/occitanie/
https://mesevenementsemploi.pole-emploi.fr
www.laregion.fr/taf

Le CV

Le CV doit être rédigé en cohérence avec l'offre de job et vous présenter sous un angle favorable. Optez pour une présentation claire, simple et aérée.

À quoi sert-il ?

Le CV présente vos parcours personnel et professionnel. Il valorise votre expérience, vos compétences, vos engagements, vos centres d'intérêt et vos activités de loisirs. Le petit plus : précisez votre disponibilité et votre mobilité géographique.

Le CV en ligne

Il permet d'ajouter du contenu multimédia et des liens hypertextes. Vous envoyez un mail ? Mettez votre CV en pièce jointe de préférence au format PDF et nommez-le avec vos nom et prénom.

Vous remplissez un formulaire de CV ? Utilisez le champ libre pour mettre en valeur vos atouts !

Conseils

- Le CV doit être adapté à une offre.
- Donnez un titre à votre CV. Cela permet au recruteur de comprendre rapidement pour quel job vous postulez. « CV » n'est pas un titre !
- Notez votre nom de famille en majuscules.
- Soyez clair, précis et synthétique.
- Soignez votre orthographe !
- La photo est facultative. Si on vous la demande, vérifiez qu'elle est adaptée et de bonne qualité.
- Si vous vous inspirez de modèles de CV, évitez le copier-coller !
- Si vous utilisez des couleurs, optez pour des tons neutres qui passent aussi sur une sortie en noir et blanc.
- Faites ressortir les bons mots clés issus des offres d'emploi.
- Ajoutez le lien vers votre profil sur les réseaux sociaux professionnels comme LinkedIn.

Et, à moins d'une idée extraordinaire, ne partez pas sur des CV trop originaux !

Le+ réseau IJ **Permanences d'ateliers d'aide à la rédaction de CV** dans les structures du réseau Info Jeunes. Adresses sur : www.crij.org

En savoir plus

Pour préparer sa candidature, modèles de CV et de lettres de motivation, conseils et tutos…

www.emploi-store.fr

Outils gratuits de création de CV :

https://hellocv.com

https://cvdesignr.com

www.canva.com

Mentionnez vos engagements et activités personnelles

Bénévolat, stage, séjour linguistique, chantier de jeunes bénévoles, service civique, séjour au pair, mais aussi compétences en informatique, participation à des Moocs, création de contenus numériques (articles, vidéos, photos, podcasts), appartenance à un groupe de musique, à un club de sport… Mettez tout cela en avant, surtout si vous avez peu d'expérience. Ces indices sur votre personnalité prouveront votre capacité à vous intégrer à une équipe et à vous intéresser. Et cela plaira à de futurs recruteurs !

Nos conseils en vidéo pour faire votre CV sur **www.cidj.com** rubrique Emploi, jobs et stages

Photo facultative

Lois MARTIN
Serveur

20 ans
Tél. : 06 00 00 00 00
monmail@gmail.com
Profil LinkedIn
120 avenue des Lauriers
44000 Nantes
Permis B

SKILLS

- Maîtrise de l'anglais
- Goût du contact
- Endurance
- Gestion du stress

CENTRES D'INTÉRÊT

- Course à pied : participation à des marathons
- Cinéma

EXPÉRIENCE

Été 2023
Serveur au restaurant du golf de Pornic
- Accueil des clients
- Description du menu / suggestions
- Prise des commandes
- Encaissement
- Service des boissons et des plats

Week-end et vacances scolaires 2023
Employé restauration rapide Paimbœuf
- Accueil des clients
- Traitement de la commande + service
- Encaissement

FORMATION

2023-2024 : Licence (L1) mention Miashs
Mathématiques et informatique appliquées aux sciences humaines et sociales à l'université de Nantes

2023 : Bac général à dominante mathématiques et sciences physiques
Lycée XXX - Nantes

Incontournable
CV, lettres de motivation, entretiens… Conseils pour décrocher un job et modèles de CV et de lettres sur www.cidj.com

Le mail ou la lettre de motivation

La lettre ou le mail de motivation doivent compléter votre CV et donner envie au recruteur de vous rencontrer.

Vous postulez en candidature spontanée ?

Positionnez-vous clairement sur un poste, montrez que vous vous êtes renseigné sur l'entreprise, ses activités et ses contraintes. Et insistez sur ce que vous pouvez apporter, votre disponibilité...

Quel format ?

C'est de plus en plus souvent par mail, avec votre CV en pièce jointe, que vous candidatez à un job, sauf si une lettre est clairement demandée par l'entreprise.

Votre adresse mail doit être sobre, à vos nom et prénom, sans pseudo. Sinon, créez-vous une adresse spécifique dédiée à votre recherche de job.

Conseils pour vous démarquer

- Personnalisez votre lettre/mail et prenez le temps de la rédiger. Soyez clair, utilisez un langage simple et adapté à l'entreprise.
- Intéressez-vous à l'entreprise via son site web ou ses réseaux sociaux.
- Repérez des informations et mots clés essentiels figurant sur l'annonce.
- Montrez en quelques phrases que vous appréciez l'entreprise, ses produits, ses services…
- Soulignez vos aptitudes pour le poste, montrez votre motivation et précisez comment vous vous imaginez en situation. N'hésitez pas à réutiliser les mots clés repérés précédemment.
- Si vous avez déjà fait des stages ou exercé un job, insistez sur votre expérience, votre sérieux et votre sens des responsabilités.

Dans tous les cas, indiquez vos disponibilités : un mois, tout l'été, les week-ends, pendant les vacances scolaires… et précisez si vous êtes mobile (moyen de transport).

Bon à savoir

- Précisez bien la référence ou l'objet : candidature à un emploi de vendeur.
- Par mail, commencez par « Bonjour », par lettre utilisez plutôt « Madame, Monsieur ».
- Attention aux fautes d'orthographe ! Faites relire votre courrier avant de l'envoyer.
- Une lettre = une candidature. Le recruteur doit sentir que vous êtes intéressé par son entreprise.

Indispensable : le suivi de vos candidatures

Si vous n'avez pas de nouvelles une semaine après avoir envoyé CV et lettre, n'hésitez pas à relancer l'entreprise. En cas de réponse négative, demandez-en la raison pour réagir et revoir votre stratégie. Pour suivre tous vos envois, réalisez un tableau et indiquez, pour chacune des entreprises contactées, la date d'envoi, la réponse, la date de relance, de l'entretien… Cela vous aidera à y voir plus clair ! Scannez le QR code pour obtenir un modèle de tableau.

Les essentiels d'un mail de candidature en quelques mots : accroche, développement, disponibilité, demande d'entretien

Exemple de première lettre pour un job

« Actuellement à la recherche d'un emploi de serveur pour les mois de juillet et août 2024, je vous transmets ma candidature pour le poste que vous proposez. Grâce à mes emplois de serveur et d'employé de restauration rapide, je pense répondre à vos attentes.
En effet, mes différentes expériences me semblent en adéquation avec les missions attendues »

Poursuivez et personnalisez votre lettre en mettant en valeur vos compétences et qualités en rapport avec la fonction et les missions du poste que vous convoitez !

Attention, si vous êtes tenté d'utiliser l'IA* (ChatGPT) pour rédiger votre lettre, pensez à la personnaliser !

* intelligence artificielle

La Région Occitanie Pyrénées - Méditerranée

La Région organise les salons Travail Avenir Formation (TAF) en partenariat avec France Travail Occitanie et les Missions Locales. Ce salon permet de découvrir les offres de formations du territoire, de rencontrer des entreprises qui recrutent et d'obtenir des informations sur votre orientation professionnelle.
La Région vous donne rendez-vous sur les salons TAF.

AGENDA 2024

LOURDES, Hautes-Pyrénées (65)
Espace Robert Hossein,
Jeudi 18 janvier • 9h00-17h00

ALBI, Tarn (81)
Parc des Expositions,
Mercredi 6 mars • 9h00-17h00

MONTPELLIER, Hérault (34)
Parc des Expositions,
Mercredi 6 et jeudi 7 mars • 9h00-17h00

ALÈS, Gard (30)
Parc des Expositions,
Jeudi 7 mars • 9h00-17h00

SAINT-GAUDENS, Haute-Garonne (31)
Parc des Expositions du Comminges,
Jeudi 7 mars • 9h00-17h00

TOULOUSE, Haute-Garonne (31)
Parc des Expositions & Centre de conventions : MEETT,
Mercredi 13 et jeudi 14 mars • 9h00-17h00

MENDE, Lozère (48)
Espace Evénements Georges Frêche,
Jeudi 14 mars • 9h00-17h00

NÎMES, Gard (30)
Parc des Expositions,
Mardi 19 mars • 9h00-17h00

AUCH, Gers (32)
Salle du Mouzon,
Mercredi 20 mars • 9h00-17h00

MONTAUBAN, Tarn-et-Garonne (82)
Salle Eurythmie,
Mercredi 20 mars • 9h00-17h00

CAHORS, Lot (46)
Parc des Expositions,
Jeudi 21 mars • 9h00-17h00

MILLAU, Aveyron (12)
Salle des Fêtes,
Mercredi 27 mars • 9h00-17h00

TARBES, Hautes-Pyrénées (65)
Tarbes Expo Pyrénées Congrès,
Mercredi 27 mars • 9h00-17h00

PERPIGNAN, Pyrénées-Orientales (66)
Parc des Expositions,
Mercredi 27 mars • 9h00-17h00

CARCASSONNE, Aude (11)
Centre de Congrès Le Dôme,
Jeudi 4 avril • 9h00-17h00

RODEZ, Aveyron (12)
Salle des Fêtes et Amphithéâtre,
Jeudi 4 avril • 9h00-17h00

SAVERDUN, Ariège (09)
Salle de la Laure,
Jeudi 25 avril • 9h00-17h00

BÉZIERS, Hérault (34)
Parc des Expositions,
Jeudi 25 avril • 9h00-17h00

FIGEAC, Lot (46)
Espace François Mitterrand,
Jeudi 16 mai • 9h00-17h00

SALON taf

0 800 00 70 70
Appel gratuit
laregion.fr/parcours-emploi

laregion.fr/taf

Inscription entreprises 3995
Coût d'un appel local

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

France Travail

L'entretien

Il est normal d'être stressé lors d'un entretien. En le préparant, vous serez plus détendu et la relation s'en trouvera facilitée. Les recruteurs se font une idée d'un candidat dès les premières minutes. Voici donc quelques conseils pour mettre toutes les chances de votre côté.

Premier contact

Dès que vous avez envoyé votre candidature, sachez que l'employeur peut vous contacter à tout moment.

- Si vous n'êtes pas dans des conditions idéales, ne répondez pas. Vous rappellerez plus tard, au calme.
- Soignez le message d'accueil sur votre répondeur : veillez à ce qu'il soit neutre.
- Avant de conclure la conversation, notez le nom de la personne que vous allez rencontrer, le lieu, la date et l'heure du rendez-vous.

Différents types d'entretien

- **En face-à-face :** restez naturel et soignez votre apparence !
- **Par téléphone :** préparez-vous en avance et soyez réactif ! De plus en plus utilisé, il permet une pré-sélection rapide des candidats.
- **En visio :** testez votre matériel informatique avant l'entretien (micro, caméra). Le jour J, assurez-vous que la connexion internet est bonne, et faites attention à votre arrière-plan ainsi qu'à votre tenue !
- **En groupe :** apprenez à vous distinguer des autres candidats sans pour autant prendre toute la place.

Avant l'entretien

- Renseignez-vous sur l'entreprise.
- Ayez en mémoire la fiche de poste, votre lettre et votre CV.
- Entraînez-vous à répondre à tout type de questions.
- Préparez une ou deux questions à poser au recruteur.
- Pensez aux qualités que vous pourrez mettre en avant (autonomie, réactivité, polyvalence…).
- Géolocalisez le lieu du rendez-vous. Vous serez moins stressé le jour J.

i

Les règles d'or

- Se renseigner sur l'entreprise pour laquelle vous postulez.
- Mettre votre téléphone en mode silencieux.
- Ne pas mentir sur votre parcours.
- Répondre aux questions sans être arrogant.
- Savoir écouter, ne pas couper la parole.

Le jour J

- Votre tenue doit être adaptée au poste proposé mais vous devez aussi vous sentir à l'aise en la portant.
- Arrivez quelques minutes en avance.
- Ayez en tête le nom de la personne que vous allez rencontrer.
- Soignez votre vocabulaire, votre gestuelle, votre ton. Les recruteurs savent interpréter le langage corporel.
- L'entretien permet au recruteur d'estimer si vous êtes le bon candidat. C'est aussi l'occasion de vérifier que le poste correspond à vos attentes.
- Répondez calmement aux questions et posez-en aussi quelques-unes.
- Demandez au recruteur les modalités de réponse et les délais.
- Remerciez votre interlocuteur.

En savoir plus

www.crij.org

Se renseigner pour connaître les ateliers collectifs du réseau Info Jeunes Occitanie

LES JOBS D'HIVER

Après l'été, les pistes pour trouver un job d'hiver sont nombreuses. La plupart des recrutements se déroulent à partir de septembre/octobre. Anticipez !

Pour les fêtes de fin d'année

Marchés de Noël : repérez les commerçants et artisans ou contactez les mairies dès septembre.

Sapins : les producteurs proposent des missions liées à la coupe des sapins et à l'expédition de novembre à mi-décembre. Postulez auprès des grandes surfaces ou des jardineries pour la vente.

Père Noël : sur des opérations de street marketing et des animations dans les centres commerciaux (cf. p. 28). Pour répondre aux lettres des enfants, contactez l'agence Manpower de Libourne (33) dès septembre.

Vendeurs et animateurs commerciaux : dans les boutiques, grandes surfaces, librairies, fleuristes et bien évidemment les magasins de jouets. Faites la tournée des magasins avec votre CV !

Pensez aussi à la **restauration** ou au secteur des **livraisons** (chauffeur-livreur) et de **la préparation des commandes** (cf. p. 30 et 38), très dynamiques pendant cette période. Faites le tour des agences d'intérim.

Lors des inventaires

Les entreprises de distribution programment généralement leur inventaire en fin ou début d'année, tôt le matin, tard le soir ou le week-end.

Annonces en ligne via les sociétés d'intérim ou les entreprises spécialisées :
www.fairson.fr/recrutement
www.rgis-job.fr

Chez les ostréiculteurs

Les exploitants proposent souvent des missions de quelques jours dès la mi-décembre pour la mise en bourriche des huîtres (débutants acceptés). Appelez directement, avant novembre, les ostréiculteurs ou les agences d'intérim des régions conchylicoles.
www.ostrea.org

La saison des pommes/poires

La récolte démarre en général dès septembre et jusqu'à fin octobre. De nombreuses offres sont en ligne sur lagriculture-recrute.org (cf. p. 25) et sur pole-emploi.fr

À la montagne

De décembre à avril, au pied des pistes ou en altitude, des saisonniers sont embauchés dans la vente, l'hôtellerie, la restauration, le tourisme, le nettoyage, l'animation. Les emplois de perchiste, pisteur secouriste, mécanicien de remontées mécaniques, billettiste, moniteur de ski sont proposés aux saisonniers ayant une qualification et de l'expérience. Très souvent la main-d'œuvre est locale.

Offres d'emploi sur les sites des stations de sports d'hiver et de Pôle emploi (France Travail).
www.emploi-montagne.com
www.domaines-skiables.fr
www.pole-emploi.fr

LES *secteurs* QUI recrutent

AGRICULTURE

Les travaux agricoles sont variés et offrent des possibilités de jobs un peu partout en France. Des contrats à temps plein ou à temps partiel sont possibles, notamment entre avril et octobre, mais le pic d'activité et les recrutements sont beaucoup plus importants l'été. Au fil des saisons, les activités sont multiples : entretien des cultures, ramassage de légumes, cueillette de fruits, de fleurs, vendanges, conditionnement… Sous serres, en plein champs, dans une exploitation agricole ou un entrepôt, ces travaux exigent une bonne forme physique et une tenue adaptée.

Un véhicule est très souvent indispensable pour se rendre sur le lieu de travail car les exploitations sont rarement desservies par les transports en commun : pensez au co-voiturage.

L'employeur peut vous proposer un CDD, un contrat de travail saisonnier (voir p. 9) ou encore un Tesa (titre emploi simplifié agricole), formule d'embauche simplifiée et adaptée au secteur.

À savoir : la plupart du temps, vous n'êtes ni logé ni nourri. L'agriculture est un secteur qui embauche des jeunes à partir de 16 ans.

À noter : ce secteur recrute de nombreux travailleurs étrangers à condition d'avoir un titre de séjour ou une autorisation de travailler. Plus d'infos auprès de la Dreets, Service de la main-d'œuvre étrangère (cf. p. 13).

Il est maintenant possible de faire sa demande en ligne sur : https://administration-etrangers-en-france.interieur.gouv.fr

Vendanges

Cueilleurs de raisin, porteurs de hottes… Dès 16 ans, vous pouvez signer un contrat vendanges d'une durée d'un mois maximum (renouvelable 1 fois), avec un ou plusieurs employeurs, ce contrat est accessible aux étudiants et aux salariés en congés payés. Il ne donne pas droit à l'indemnité de précarité. travail-emploi.gouv.fr

Où trouver des offres

www.pole-emploi.fr taper « agriculture » dans le moteur de recherche
www.lagriculture-recrute.org
Carte nationale des emplois saisonniers, calendrier agricole…
www.crij.org

Privilégiez les contacts locaux : rencontrez les producteurs sur les marchés ou lors des journées portes ouvertes.

i

L'aide Agri-mobilité d'Action Logement permet aux saisonniers agricoles d'obtenir une aide de 600 € pour se loger.
www.actionlogement.fr

LE BAFA

POUR QUI ?

16 ans révolus ? Vous pouvez préparer le **brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur (Bafa)** qui permet d'encadrer de façon occasionnelle des groupes d'enfants et d'ados et d'animer des activités ludiques et de découverte en accueil collectif de mineurs (centres de loisirs ou séjours de vacances).

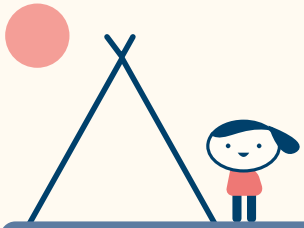
COMMENT ?

La formation se déroule sur 30 mois au maximum et en 3 étapes : formation générale, stage pratique, session d'approfondissement ou de qualification. Elle est dispensée par différents organismes agréés par le ministère en charge de la Jeunesse.

Le salaire moyen des animateurs se situe entre 25 et 40 € par jour sans les avantages et les primes.

COMBIEN ?

Comptez en moyenne 1 000 € pour passer votre Bafa. Cependant, des aides financières peuvent être accordées, sous certaines conditions. Contactez la Caf, Pôle emploi (France Travail), la mission locale, le Conseil départemental, le Conseil régional, la mairie, certains comités d'entreprise, la MSA (Mutualité sociale agricole)…



À savoir : la formation au BAFD pour exercer les fonctions de directeur est accessible à partir de 18 ans. Information, liste des organismes de formations habilités et inscription en ligne :

www.jeunes.gouv.fr / bafa-bafd

Contrat d'engagement éducatif (CEE)

Il permet de participer occasionnellement à des fonctions d'animation. Il peut être rompu à tout moment. Sa rémunération est légèrement inférieure au salaire moyen d'un animateur mais ne peut pas être de moins de 25,34 € par jour. Si les fonctions de l'animateur nécessitent sa présence continue auprès des jeunes, l'organisateur prend intégralement en charge sa nourriture et son hébergement.

www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F23425

ANIMATION, SPORTS

L'animateur encadre des enfants ou des adolescents sur leur temps de loisirs (périscolaire, vacances) dans les accueils de loisirs, centres de vacances, classes de découverte ou campings. De nombreuses offres sont à saisir dans ce secteur !

Qualités requises : il est indispensable d'aimer travailler en équipe et vivre en collectivité, d'être pédagogue, à l'écoute, créatif et dynamique !

Qualifications

- Le Bafa pour être animateur (cf. p. 26).
- Le BPJEPS (brevet professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation populaire et du Sport) pour être animateur sportif.

Titulaire du BPJEPS AAN (activités aquatiques et de la natation), du BSB, du BNSSA, vous pouvez surveiller les lieux de baignade. Avec le BPJEPS AAN, vous pouvez en plus donner des cours de natation. www.ffss.fr

- La formation aux premiers secours PSC1 (Prévention et secours civiques de niveau 1), accessible dès l'âge de 10 ans, est un atout supplémentaire. Renseignez-vous auprès du réseau Info Jeunes.

Où trouver des offres ?

- Toute l'année sur les sites web des structures Info Jeunes et lors des journées Jobs d'été organisées par le réseau Info Jeunes :
  www.jobs-ete.com
  www.crij.org

- Via le réseau Profession Sport et Loisirs :
  https://lesportrecrute.fr

- Sur les sites web spécialisés :
  www.planetanim.com
  www.jobanim.com

- Sur les sites de recrutement des villages de vacances (cf. p. 36)

- Candidatez sur des séjours adaptés : https://cnlta.asso.fr Site du conseil national des loisirs et du tourisme adaptés

À qui envoyer sa candidature spontanée ?

- aux organisateurs de séjours et accueil de loisirs :
  www.colonies-de-vacances.com
- aux mairies
- aux campings (cf. p. 36)
- aux comités d'entreprise
  http://m.annuaire-comite-entreprise.com/

« *J'ai été animatrice l'été dernier dans une maison d'enfants à caractère sanitaire. Je n'ai pas le Bafa mais mes nombreux baby-sittings m'ont permis d'obtenir ce job très enrichissant. J'ai pu découvrir l'animation !* »

Anna, 21 ans

COMMERCE ET GRANDE DISTRIBUTION

Grande distribution et magasins

De nombreux magasins emploient du personnel supplémentaire à certaines périodes de l'année (soldes, Noël, rentrée scolaire...) pour aider à la vente, à la caisse, aux livraisons, à la manutention, aux inventaires, à la préparation des commandes, à l'emballage…

Pensez aussi aux stations balnéaires qui fourmillent d'emplois saisonniers ! Supérettes et autres magasins recrutent pour la saison d'été. Contactez-les dès février/mars, même si des offres sont souvent disponibles à la dernière minute.

Votre atout : disposer d'un hébergement est un plus pour un job sur la côte.

La plupart des grandes enseignes recrutent sur leur site internet, via Facebook ou les agences d'intérim (cf. p. 17). Pour les autres boutiques, allez voir directement les responsables de magasin avec votre CV et une lettre de motivation. Si vous n'avez pas peur de vous lever tôt, faites le tour des marchés pour décrocher un job.

www.distrijob.fr
www.distri-recrute.fr

Employé de libre-service

Gérer la marchandise, approvisionner les rayons, faire le facing, respecter l'implantation, la qualité des produits, réaliser l'étiquetage, mais aussi accueillir, conseiller le client, encaisser et rendre la monnaie. Ce job demande certaines qualités : sens de l'organisation, de la relation clientèle et du commerce, rigueur, polyvalence, bonne condition physique.

Consultez les offres de la grande distribution, supérettes et agences d'intérim. Les débutants sont acceptés.

Vente sur les plages

Glaces, boissons, beignets… Ce job saisonnier est difficile : votre forme physique doit être au top pour arpenter les plages sous la chaleur et le poids de votre chariot ou de votre glacière. La rémunération varie souvent en fonction des ventes. Soyez vigilant !

Envoyez directement votre CV aux glaciers dès le printemps. Les recrutements sont toujours possibles à l'approche de l'été.

« *Cet été, j'ai travaillé dans un supermarché. Je devais aider les clients, ranger les rayons et tenir la caisse. Ce job m'a beaucoup plu car il m'a permis de rencontrer des gens différents et de travailler en équipe !*

Sam, 20 ans »

ENCADREMENT SCOLAIRE ET PÉRISCOLAIRE

Soutien scolaire

- Chez un particulier :
  - parlez-en autour de vous,
  - déposez des annonces chez les commerçants,
  - consultez les offres du Crous (réservées aux étudiants) sur : www.jobaviz.fr www.crij.org
  - consultez les sites d'offres de services à la personne (cf. p. 33).
- Auprès des maisons et des centres d'animation de quartier.
- Auprès d'un organisme spécialisé : la plupart exigent un niveau bac + 3.
- En ligne : c'est une formule qui permet souplesse et gain de temps. Cela vous évite de vous déplacer mais nécessite d'être à l'aise avec l'outil.

Animation périscolaire

Les animateurs périscolaires encadrent les temps d'activité périscolaire (TAP) avant, après la classe et pendant la pause du midi. Ils peuvent proposer des activités manuelles, artistiques, sportives ou du soutien scolaire. Contactez les municipalités. Le Bafa est très souvent demandé (cf. p. 26).

www.crij.org

Travailler dans son université

Les étudiants peuvent signer un contrat avec leur université pour assurer certaines activités : appui aux personnels des bibliothèques et autres services, animations culturelles, artistiques, scientifiques, sportives et sociales, actions dans le domaine de la promotion de la santé et du développement durable. La durée est de 12 mois maximum, à temps partiel, et ne peut excéder un mi-temps. Adressez-vous à votre université.

Agent de service, serveur/caissier dans les restos U, étudiant référent en résidence... Les Crous proposent aussi des contrats à l'année.

Encadrement scolaire

Les assistants d'éducation surveillent les élèves, aident à l'étude, aux devoirs ou à la scolarisation des élèves en situation de handicap dans les écoles, collèges, lycées.

Il faut être titulaire du bac ou équivalent, être majeur (20 ans pour travailler en internat).

Consultez les offres de Pôle emploi (France Travail) et envoyez des candidatures spontanées aux chefs d'établissement.

Inscrivez-vous en ligne sur le site de l'académie de votre choix.

www.ac-toulouse.fr

www.ac-montpellier.fr

« *Pendant mon master, j'ai eu la chance d'être monitrice documentaire à la bibliothèque universitaire de ma fac. J'ai adoré travailler au milieu des livres et aider les étudiants dans leurs recherches !* »

Nour, 22 ans

HÔTELLERIE-RESTAURATION

L'offre de job dans ce secteur est importante, même en plein été et surtout sur la côte : plongeur, cuisinier, commis de cuisine, serveur, femme ou valet de chambre, veilleur de nuit, réceptionniste, voiturier, bagagiste… Qualités requises : être soigné, aimable, rigoureux, endurant, capable de s'adapter et avoir le goût du contact… Parler une langue étrangère est apprécié.

Envoyez une candidature spontanée ou présentez-vous directement en évitant les heures de service.

Les recruteurs sont variés : restauration rapide et/ou en livraison (sandwicheries, saladeries, sushis, pizzas, burgers...), cafétérias, campings, grands groupes de l'hôtellerie-restauration, clubs et villages de vacances, organismes de séjours de vacances pour enfants et adolescents.

Livraison de repas : cf. p.38 Course-livraison.

Où trouver des offres

www.crij.org

- Sur les sites des grandes chaînes, à la rubrique Recrutement.
- Offres en France et à l'étranger : www.lhotellerie-restauration.fr
- Pôle emploi (France Travail) : www.pole-emploi.fr
- Groupement d'employeurs sur votre région : www.resoemploi.fr
- Créez votre CV et découvrez des employeurs : www.moncvnum.fr

Législation spécifique

Dans les hôtels, cafés, restaurants, la durée du travail est fixée à 39h par semaine. Les heures supplémentaires sont interdites aux mineurs.

Au-delà de 35h, il y a une majoration de salaire pour heures supplémentaires :

- de la 36e à 39e heure : + 10 %
- de la 40e à la 43e heure : + 20 %
- à partir de la 44e heure : + 50 %

Vous ne pouvez pas travailler plus de 48h par semaine. Le repas est offert par l'employeur. À défaut, une indemnité compensatrice pour repas non pris sera versée. Les vêtements de travail (gants, blouses, chaussures…) sont fournis par l'employeur qui en assure l'entretien et le remplacement si besoin.

NETTOYAGE, ENTRETIEN

Agent de propreté, laveur de vitres, ouvrier de blanchisserie industrielle… sont recrutés tout au long de l'année, mais aussi pour des remplacements l'été et pendant les vacances scolaires.

Les contrats proposés sont à temps partiel et les postes souvent en horaires décalés (6h-9h et 17h-22h généralement). Prévoir un moyen de transport. Consultez les offres de Pôle emploi (France Travail) ou envoyez des candidatures spontanées aux sociétés de nettoyage.

PARKINGS, SÉCURITÉ, AUTOROUTES

Parkings

Les agents d'exploitation de parking surveillent les entrées et sorties des piétons et véhicules, informent les clients, contrôlent les encaissements, assurent la sécurité des personnes et des installations. Démarchez les grands hôtels, les aéroports, les gares et les sociétés gestionnaires de parkings.

https://fr.parkindigo.com
www.q-park.fr
www.effia.com/effia-recrute
www.sags.fr

Stations et aires d'autoroute

Les aires d'autoroute et les enseignes qui y sont présentes font parfois appel à de la main-d'œuvre supplémentaire. Démarchez-les directement. Une voiture est obligatoire. Travail le week-end et en soirée.

Vous pouvez aussi contacter les enseignes présentes sur les aires d'autoroute : www.autoroutes.fr rubrique Aires de service

Surveillance et gardiennage

Le CQP agent de prévention et de sécurité est obligatoire pour travailler sur le terrain. Travail en horaires décalés, en soirée, le week-end.

SANTÉ

Services hospitaliers

Les agents des services hospitaliers s'occupent du confort des personnes hospitalisées : ménage, repas, aide aux malades, brancardier… Envoyez CV et lettre de motivation en début d'année aux hôpitaux ou cliniques.

Les étudiants en filière médicale ou paramédicale peuvent postuler pour être aide-soignants voire agents des services hospitaliers (ASH) ou infirmiers selon leur niveau de formation.

www.staffsante.fr
http://emploi.fhf.fr
www.emploisoignant.com

Pour les plus qualifiés, pensez aux agences d'intérim spécialisées : www.agences-interim.com

Les Ehpad ou « maisons de retraite » recrutent également pour effectuer des remplacements, surtout l'été. Débutants acceptés.

Thermalisme et thalassothérapie

Les centres de cure thermale et de thalassothérapie recrutent du personnel pour l'accueil, l'hôtellerie, la restauration, le sport et l'esthétique. Postulez en ligne ou contactez directement les instituts.

www.occitanie-thermale.com
www.chainethermale.fr
www.france-thalasso.com (liste des instituts)

« *J'ai travaillé 2 mois dans la blanchisserie du CHU de Nantes. C'est un travail un peu répétitif et il y fait très chaud l'été, mais les pauses et les horaires assez cool compensent bien !* »

Ugo, 20 ans

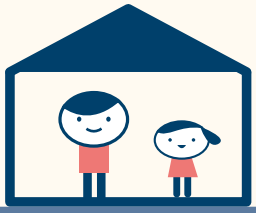
BABY-SITTING

Le baby-sitting n'est pas un job anodin. Les parents vous confient leurs enfants et ont confiance en vous !

Comment chercher ?

Si vous avez moins de 18 ans, déposez des annonces dans les commerces de votre quartier, distribuez votre carte aux parents à la sortie des écoles et faites fonctionner le bouche-à-oreille.

Les plus de 18 ans pourront, en plus de ces démarches, consulter les offres des services spécialisés. Parfois, un véhicule est demandé pour emmener les enfants aux activités sportives ou de loisirs.



Qualités indispensables : avoir le sens des responsabilités, être disponible, patient, à l'écoute et ponctuel. La maîtrise des gestes de premiers secours et le Bafa (cf. p.26) sont très appréciés.

Certains parents recherchent également des aptitudes linguistiques ou artistiques.

Pour en savoir plus
Scannez le code !

Le+ réseau IJ

Baby-sitting et réseau IJ

Le réseau Info Jeunes propose toute l'année des services et des animations autour du baby-sitting : offres d'emploi, job dating, formation petite enfance, premiers secours (cf. p. 42). www.crij.org

Salaire

Le tarif horaire ne peut être inférieur au Smic (11,65 € brut de l'heure, 9,22 € net environ) + 10 % de congés payés. Vous devez être déclaré. Il n'existe pas de forfait journée. Le nombre d'enfants n'entre pas en compte dans la rémunération.

La garde s'effectue au domicile des parents. Les baby-sitters peuvent être payés par Pajemploi ou Cesu. Dans ce cas, et avec votre accord, les parents font le nécessaire.

- Pour connaître la grille des salaires : www.franceemploidomicile.fr
- Numéro national Particulier emploi : 09 72 72 72 76
- Pour calculer sa rémunération : www.pajemploi.urssaf.fr www.cesu.urssaf.fr
- Adresses des organismes sur : www.servicesalapersonne.gouv.fr rubrique Annuaire

!

ATTENTION AUX ARNAQUES !

Ne transmettez pas vos coordonnées bancaires avant d'avoir rencontré la famille qui va vous employer, n'envoyez jamais d'argent et n'achetez aucun matériel de puériculture.

SERVICES À LA PERSONNE

Ils regroupent un ensemble de services rendus à domicile : baby-sitting, assistance aux personnes âgées, gardiennage, bricolage, courses, garde d'animaux, jardinage, ménage, soutien scolaire…

Les mineurs à partir de 16 ans peuvent tenter leur chance auprès des particuliers. Déposez vos annonces chez les commerçants, dans les boîtes aux lettres, les sites d'entraide entre voisins…

Plus de 18 ans, retrouvez des offres sur les sites spécialisés :

https://www.admr.org/rejoignez-nous

https://www.famillesrurales.org/emploi/stage/benevolat/offres

www.crij.org

Contactez les organismes :
www.servicesalapersonne.gouv.fr
rubrique Annuaire

En savoir plus :
www.franceemploidomicile.fr

Le Cesu

Vous pouvez être payé avec un chèque emploi service universel (Cesu). C'est l'assurance d'être déclaré et assuré en cas d'accident. L'employeur bénéficie d'avantages fiscaux.
www.cesu.urssaf.fr

Assistance aux personnes âgées

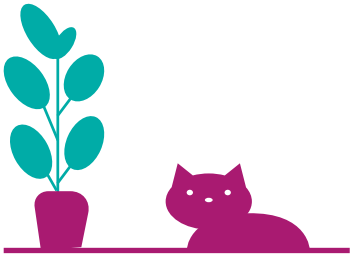
Proposez vos services pour les aider dans leur quotidien : repas, courses, petit bricolage, aide administrative, dépannage informatique… il s'agit la plupart du temps de jobs à temps partiel. Vous pouvez donc avoir plusieurs employeurs.

Il est souvent nécessaire d'être titulaire du permis B, de posséder un véhicule et d'avoir de l'expérience dans ce secteur.

Travaux d'entretien / garde d'animaux (pet sitting)

Pendant les vacances, on recherche souvent des jeunes pour jardiner, arroser des plantes, garder, nourrir et promener les animaux… Laissez des petites annonces dans les boîtes aux lettres. Déposez-en également chez les vétérinaires, dans les animaleries ou auprès des agences spécialisées.

https://fr.holidog.com
www.animaute.fr



« Le baby-sitting peut être difficile, mais c'est aussi très enrichissant. J'ai appris à être patient, à résoudre des problèmes rapidement et à être créatif pour amuser les enfants. »

Arthur, 17 ans

JOBS INSOLITES

Sur un ferry ou un bateau de croisière : hôtesses de croisière, chargés du contrôle embarquement, billets… Postulez directement auprès des compagnies. Vous vivez près d'un fleuve ou d'un canal ? Envoyez votre candidature dès le mois de mars pour travailler en lien avec les croisières fluviales, les locations de bateaux sans permis.

Dans un avion ou un train :

- Personnel de bord aux côtés des hôtesses de l'air et stewards. Envoyez vos candidatures aux compagnies un an à l'avance !
- Accompagnateur ou assistant voyageur : pour accompagner des enfants qui voyagent seuls. Les compagnies de transports sous-traitent généralement ce service à des sociétés privées :
  www.cityone.fr/rejoignez-nous/
  www.connectravel.com/recrutement_accompagnateur.php
- Compteur de voyageurs dans les trains.

Dans un petit train touristique : des postes de conducteurs sont proposés l'été. Accueil des passagers, contrôle des billets, conduite sur un parcours prédéfini et nettoyage du véhicule. Langues étrangères souhaitées. Offres auprès de Pôle emploi (France Travail), agences d'intérim…

Sur une écluse : votre mission sera d'ouvrir les écluses pour laisser passer les bateaux. Renseignez-vous auprès des Conseils départementaux, des offices de tourisme, de la Mairie de Paris et des voies navigables de France
www.vnf.fr

Dans une société de pompes funèbres : porteurs de cercueil, chauffeurs de voiture funéraire, vous pouvez exercer ces jobs solennels toute l'année en fonction des besoins (samedi, vacances scolaires). Rigueur, retenue et respect exigés. Postulez directement auprès des sociétés funéraires.

Sur des événements sportifs (Tour de France, Paris-Nice, 24h du Mans…) : hôtesses, ambassadeurs, chauffeurs… Découvrez les offres et postulez dès janvier sur :
www.aso.fr rubrique Nous rejoindre
www.24h-lemans.com
www.ats-sport.com

Dans un casino : des postes de croupiers, hôtesses, serveurs, équipiers sont à pourvoir toute l'année. Il faut être majeur et avoir un casier judiciaire vierge.
www.groupebarriere.com rubrique Votre carrière
www.groupepartouche.com/recrutement

Avec les éboueurs : collecte des déchets ménagers, réception et chargement des poubelles dans le camion benne, rythme de travail soutenu et activité matinale. Contactez les agences d'intérim ou adressez-vous directement aux communes et intercommunalités.

Dans une déchetterie : le job d'agent d'accueil est proposé par certaines communes pour des tâches d'accueil, information des usagers, aide au tri, entretien du site. Bonne capacité physique et ponctualité requises. Travail le week-end.

SONDAGES, TÉLÉMARKETING, TÉLÉASSISTANCE, RECENSEMENT

Enquêtes, tests de produits

Les grands instituts de sondage (BVA, CSA, Ifop, Ipsos, Kantar, OpinionWay…) emploient des personnes pour leurs enquêtes. Candidatez directement en ligne sur leur site. Vous pouvez aussi participer à des tests de produits alimentaires, cosmétiques… ou répondre à des études en ligne. Ces activités occasionnelles sont rétribuées par une indemnité, des bons d'achat, des chèques-cadeaux, des produits gratuits…

www.testezpournous.fr

www.testerdesproduits.fr

www.devenirclientmystere.com

Collectes de dons

Travailler pour des ONG (AIDES, Médecins du monde, Ligue contre le cancer…) consiste à aller à la rencontre des passants et leur proposer d'agir en devenant donateur régulier. Qualités requises : sensibilité aux causes humanitaires, environnementales ou de santé publique, sens du contact et force de persuasion.

https://causeaeffet.com

Recensement

Les collectivités recrutent des agents recenseurs en CDD. Le job consiste à se présenter au domicile des particuliers, en journée et en soirée, et à les inciter à se faire recenser sur internet ou à l'aide d'un questionnaire papier. Contactez les mairies pour proposer votre candidature. Qualités requises : autonomie, facilité de contact, discrétion, respect de la confidentialité…

Distribution presse / publicité

Les sociétés de distribution de journaux gratuits et d'imprimés publicitaires recrutent toute l'année des distributeurs, colporteurs, installateurs PLV. Véhicule obligatoire.

https://recrutement.mediapost.fr/fr/annonces

https://adrexo.fr/devenir-distributeur/

Pour les quotidiens payants, contactez les services de portage de la presse régionale.

Télémarketing

Les jobs dans les centres d'appels et de téléphonie consistent à appeler particuliers et entreprises pour leur vendre des produits. Ces postes requièrent ténacité et gestion du stress.

https://recrutement.phone-regie.com/

Téléassistance

Les chargés d'assistance sont recrutés pour l'été (2 mois minimum). Vous devez être à l'aise au téléphone, avoir de l'empathie, une capacité d'analyse et d'organisation et maîtriser au moins une langue étrangère.

Vous réceptionnez les appels des clients en difficulté. Vous êtes leurs premiers interlocuteurs et mettez en œuvre les prestations d'assistance adaptées (médicale, routière…). Horaires décalés, temps plein.

www.ima.eu

https://recrutement.europ-assistance.fr

www.careers.axapartners.com/fr/fr

www.mutuaide.fr

www.fidelia-assistance.fr

www.allianz-partners.fr

TOURISME, CULTURE, ÉVÉNEMENTIEL

Clubs de vacances

Ils recrutent à chaque saison dans tous les secteurs sur des postes tels que : éducateurs sportifs, serveurs, plongeurs, réceptionnistes, personnels d'entretien, animateurs, DJ… en France ou à l'étranger. Pour postuler, il faut être majeur, pratiquer au moins une langue étrangère et être disponible pour toute la saison d'été ou d'hiver. Il existe de nombreux organismes (VVF Village, Villages Club du Soleil, Odesia Vacances, Azureva, Club Med, UCPA, Belambra...). Rendez-vous sur leurs sites Internet (rubrique Emploi ou Recrutement) pour connaître leurs nombreuses offres. Vous trouverez également des offres sur le site de Pôle emploi (France Travail), secteur Tourisme.

https://job-tourisme.fr/

https://www.lesvillagesvacances.com

Campings

Un secteur où les offres sont nombreuses et les jobs variés : accueil, entretien (espaces verts, piscine, sanitaires, mobil-homes), restauration-bar, animation, surveillance de baignade. Dynamisme et bonne forme physique requis !

Envoyez CV et lettre de motivation dès janvier pour l'été suivant. Quelques offres de dernière minute sont toujours possibles.

www.ffcc.fr

www.campingfrance.com

www.campingdefrance.com

Parcs de loisirs / Zoos / Aquariums

Ils offrent des jobs durant les mois d'été ou les petites vacances, dans l'accueil, la vente (billetterie, boutiques), la restauration et l'entretien.

Profil : être majeur, avoir une grande disponibilité (soirs et week-ends), de solides bases en anglais. Permis B souhaité. Faites le tour des parcs, zoos, aquariums de votre région et consultez les offres sur leur site ou déposez votre CV en ligne.

https://parc-loisir.fr/(annuaire des parcs en France et en Europe)

https://emplois.disneycareers.com

https://futuroscope.nous-recrutons.fr

https://recrutement.parcasterix.fr

www.aqualand.fr

www.walygatorparc.com/

Tourisme

L'idéal pour trouver un job dans le tourisme : une formation en tourisme, la pratique d'une ou deux langues, une bonne connaissance de la région, le goût du contact…

- Agents d'accueil en office de tourisme. Postulez en début d'année en mairie s'ils ne sont ouverts que l'été.
- Guides touristiques. Étudiants en histoire de l'art ou passionnés de culture, contactez les offices de tourisme.
- Chargés d'accueil, de caisse ou de vestiaire dans les musées et châteaux.
- Animateurs de club de plage (Bafa demandé).
- Plagistes. Installation et rangement des transats et parasols.

Postulez auprès des gérants de plage (coordonnées par les mairies).

www.monemploitourisme.fr

www.adn-tourisme.fr

www.tourisme-espaces.com

Fédération des clubs de plage :
www.fncp.fr

Festivals / Spectacles

Il est difficile de trouver un job dans les festivals qui font souvent appel à des bénévoles. Quelques pistes : chargé de billetterie, poseur d'affiches et distributeur de flyers, assistant de régie…

www.leguidedesfestivals.com
www.laregion.fr/occitanie-festivals
www.cnmwork.fr
www.puydufou.com/france/fr/recrutement

Les salles de spectacles labellisées Scènes nationales recrutent des étudiants sur des postes d'hôtes de salle, contrôleurs de billets, gardiennage… Contactez les salles dès le début de l'année pour la saison suivante.

www.scenes-nationales.fr/carte

Salons / Événementiel / Street marketing

Des agences spécialisées recrutent hôtes d'accueil ou animateurs de vente. Qualités requises : bonne présentation, aisance relationnelle, langues étrangères appréciées. Étudiants en tourisme ou en vente favorisés.

- Annuaire des salons :
www.gazette-salons.fr
www.unimev.fr rubrique Travailler dans l'événement

- Quelques sites d'offres :
www.hotessejob.com
https://mateam.com/
https://penelope.fr
www.tendance-hotesses.com
https://charlestown.fr
www.marianne-international.com
https://tacticmedia.com/recrutement/
www.streetpub.fr

Activités de loisirs

Les structures de loisirs (laser game, escape game, cinémas, karting, mini-golfs, bowlings, patinoires, piscines…) recrutent pour des postes d'accueil, de caisse, de service, de vestiaire ou d'entretien.

Des contrats étudiants à temps partiel pour le week-end peuvent être proposés et des offres pour l'été sont également à pourvoir, notamment dans les villes touristiques.

Contactez directement les structures ou déposez votre CV en ligne sur leur site.

« *C'était vraiment agréable de travailler au sein de l'Asinerie du Baudet du Poitou. Même si ma tâche était de nettoyer, j'ai pu profiter d'être en pleine nature avec mes amis les baudets !* »

Maxence, 18 ans

TRANSPORTS

Course-livraison

Les sociétés de courses, les grandes entreprises ou administrations ayant un service de coursiers interne recrutent des jeunes pour des postes de coursier, chauffeur ou livreur (du plat cuisiné aux documents, en passant par la livraison de médicaments).

Scooter, moto, voiture ou camionnette sont souvent fournis mais il peut arriver qu'on vous demande votre propre véhicule. BSR ou permis A ou B exigés selon le type de véhicule utilisé.

www.jobtransport.com

Certaines sociétés de location de voitures cherchent des jeunes pendant l'été pour récupérer leurs véhicules. Permis B de plus de 2 ans exigé. Annonces diffusées sur leurs sites.

Pour les plus sportifs, des sociétés de coursiers à vélo, triporteurs, véhicules électriques sont présents dans de nombreuses villes.

https://lapetitereine.com

www.emploivelo.com

Un job « ubérisé »

Les services proposés (chauffeur, coursier…) via des plateformes (Uber, Deliveroo…) sont effectués par des indépendants souvent déclarés en micro-entreprise (cf. p.11). Ils sont rémunérés à la tâche et peu couverts en termes de protection sociale (accident du travail, arrêt…). Ils doivent donc avoir une mutuelle correcte. La souplesse gagnée sur l'organisation du temps de travail implique ainsi une certaine précarité.

Manutention-logistique

De nombreux emplois sont disponibles dans les entreprises situées dans les zones d'activité. En général, ces zones sont en dehors des villes et un véhicule est souvent demandé. Postulez auprès des agences d'intérim.

www.jobtransport.com

Déménagement

Contactez les entreprises de déménagement dès mars/avril, sans oublier les agences d'intérim.

www.csdemenagement.fr

« *J'ai travaillé comme magasinier pour une entreprise de transport en juillet et août derniers. C'était un travail très physique, mais j'ai aimé le défi et la satisfaction de voir le travail accompli à la fin de chaque journée !* »

Adam, 18 ans

UN job À L'ÉTRANGER

Choisissez le pays en fonction de vos compétences linguistiques et des opportunités de jobs.

Préparez votre projet

Commencez vos démarches très tôt (de 3 à 6 mois avant le départ). Certaines formalités demandent un délai.

À savoir

- Les jobs d'été sont souvent des postes peu qualifiés et, en général, peu rémunérés.
- Certains pays ne proposent pas de salaire minimum.
- Les employeurs préfèrent recruter des personnes qui font toute la saison (3 mois).
- Il est nécessaire de prévoir un budget pour le logement.
- Pensez à la carte d'étudiant internationale (Isic) et à la carte jeunes européenne (EYCA) pour bénéficier de réductions.

www.isic.fr

www.eyca.org

https://esncard.org

Comment chercher ?

- Faites le point sur vos expériences et compétences.
- Informez-vous sur les conditions de vie et de travail du pays d'accueil, la situation locale du marché de l'emploi.

https://ec.europa.eu/eures

www.diplomatie.gouv.fr

- Évaluez vos compétences en langues et adaptez votre CV aux habitudes du pays. Pour l'Europe, pensez au CV Europass : https://europa.eu/europass/fr
- Rendez-vous dans le réseau Info Jeunes (cf. p. 42). Vous y trouverez des informations sur la mobilité à l'étranger, des dossiers par pays, et les publications Eurodesk : *Trouver un job à l'étranger*, *Rédiger son CV en anglais*, *Handi-Cap sur l'Europe*, *Clics pays* et *Destination Europe et un peu plus loin…*
- Réseau Eurodesk : https://eurodesk.eu/france

Sites d'information

https://youth.europa.eu/home_fr

Portail européen de la jeunesse rubrique Travailler

www.eole-occitanie.org

Le + réseau IJ www.crij.org

Infos pratiques sur les jobs à l'étranger, conseils et témoignages.

Pour trouver le professionnel le plus adapté : https://boussole.jeunes.gouv.fr

Sites d'offres

Les sites d'emploi à l'étranger sont nombreux sur le web : Monster, Indeed, Stepstone... Consultez plutôt les offres des services emploi du pays choisi et :

https://eures.ec.europa.eu/eures-services/eures-targeted-mobility-scheme_fr

www.pole-emploi.fr/international

www.europages.fr : annuaire d'entreprises et d'agences de travail temporaire en Europe

Consultez les informations des expatriés :

www.expat.com/fr

www.francaisaletranger.fr

Restez vigilant sur les offres et les conditions de travail ! Attention aux organismes proposant des services « clés en main » (job + logement), ils sont souvent très chers.

Formalités et démarches

Jobs dans l'Union européenne

Carte d'identité ou passeport si vous êtes ressortissant européen.

Jobs hors Union européenne

Passeport valide et visa de travail, plus ou moins facile à obtenir (prévoir un délai).

Depuis le Brexit, un visa est nécessaire pour travailler en Grande-Bretagne. Il est obligatoire d'avoir une offre d'emploi avant de partir.

www.gov.uk

Pour l'Argentine, l'Australie, le Brésil, le Canada, le Chili, la Colombie, la Corée du Sud, l'Équateur, Hong-Kong, le Japon, le Mexique, la Nouvelle-Zélande, le Pérou, Taïwan et l'Uruguay, le Visa Vacances Travail (Working Holiday Visa) simplifie les démarches.

www.pvtistes.net

Consultez le site de l'ambassade du pays qui vous intéresse.

www.diplomatie.gouv.fr rubrique Conseils aux voyageurs / Infos pratiques / Préparer son départ

Santé

- Protection sociale : en fonction de votre statut et des pays. Caisse des Français de l'étranger : www.cfe.fr
- Carte européenne d'assurance-maladie (CEAM) : elle est gratuite et valable 2 ans. www.ameli.fr rubrique Mes démarches
- Vaccinations : chaque pays possède sa réglementation. Se renseigner au moins 3 mois avant.
  https://vaccination-info-service.fr

Logement

- www.switchome.org/ Échange de logements.
- www.hihostels.com Auberges de jeunesse dans le monde.
- www.ethik-and-trips.com
  www.couchsurfing.com
  Mise en réseau avec des particuliers qui vous prêtent gratuitement leur canapé.
- www.hostelworld.com
  Hôtels à prix raisonnables.
- www.campingo.com Guide mondial des campings.

Quelques pistes

Hôtellerie-restauration

Secteur où les jobs sont plus faciles à trouver, surtout sans expérience.

www.hotelcareer.com
www.caterer.com

Travaux agricoles

Fruits et légumes en Australie, cueillette de pommes au Canada, récolte de fraises, salades et oignons au Danemark… Attention, travail physique !

www.fruitfuljobs.com
www.pickingjobs.com
www.helpx.net

Et aussi : www.wwoof.net

Travail dans les fermes en échange du logement et de la nourriture.

Tourisme et animation

Postes d'accompagnateur, hôtes, animateur… Un bon niveau dans la langue du pays, voire dans d'autres langues, peut être exigé.

www.leisurejobs.com
www.planetanim.fr

Postulez dans les organismes de séjours linguistiques :

www.unosel.org
www.loffice.org

Chantiers de bénévoles

Pas de job ? Participer à un chantier de jeunes bénévoles peut être une alternative. Nourri et logé, vous participez à une vie communautaire en échange d'une mission. Une contribution financière est demandée et le voyage est à votre charge.

www.cotravaux.org
www.france-volontaires.org
www.concordia.fr
https://volontariat.org

Au pair

Une famille vous accueille en contrepartie d'une garde d'enfant et de tâches ménagères.

Durée : de 6 mois à 1 an (12 mois minimum aux États-Unis).

Âge requis : entre 18 et 27 ans. Vous êtes nourri, logé et recevez de l'argent de poche.

Faire appel à une association de placement au pair facilite le choix d'une famille et est plus fiable.

www.ufaap.org
www.iapa.org

« *J'ai participé à un chantier de recherches archéologiques en Belgique. Notre camp se trouvait en pleine nature. Ce fut une expérience pleine de rencontres. J'ai découvert de nouveaux métiers, et développé indépendance et autonomie !* »

Eden, 17 ans

LE crij ET LE RÉSEAU info jeunes

Le réseau Info Jeunes en Occitanie

Près de 90 structures du réseau Info Jeunes en Occitanie proposent un accueil personnalisé gratuit et sans rendez-vous, des conseils, un accompagnement pour des projets de jeunes, des services spécialisés et des actions d'animation.

Retrouve aussi les coordonnées complètes des structures Info Jeunes proches de chez toi

Info Jeunes Ariège - 09

IJ Agglo Foix-Varilhes et Ariège
Bd François Mitterrand
09 000 Foix
Tel : 05 61 02 86 10
bij09.foix@crij.org
www.infojeunes09.fr

IJ Saverdun
07 48 88 16 09
IJ Tarascon sur Ariège
05 61 05 16 90
IJ Lavelanet
05 61 01 27 27

Info Jeunes Aude -11

IJ Carcasonne Acticity
82 rue de Verdun
11 000 Carcassonne
Tel : 04 68 25 12 25
infojeunesaude@acticity.com
www.acticity.com

IJ Bram
04 68 76 69 40
IJ Capendu
04 68 79 86 99

IJ Max Savy Carcassonne
04 68 71 14 32
IJ Monsarrat Carcassonne
04 68 47 85 73
IJ La Roseraie Carcassonne
04 68 72 89 42
IJ Lézignan-Corbières
04 68 27 03 34
IJ Narbonne
04 68 90 26 66
IJ Alzonne
04 68 24 50 30
IJ Trèbes
04 68 24 01 37

Info Jeunes Aveyron - 12

IJ Aveyron
4 rue du Maréchal Leclerc
12 000 Rodez
Tel : 06 30 50 24 19
infojeunesaveyron@gmail.com
www.rij12.fr

IJ Saint-Geniez d'Olt
06 37 83 86 41

IJ Bozouls
05 65 48 37 12
IJ Conques Marcillac
05 65 71 86 20
IJ MJC Rodez
05 65 67 51 58
IJ Villefranche de Rouergue
05 65 81 17 25
IJ Saint Affrique
05 65 99 88 17

Info Jeunes Gard - 30

IJ Alès
04 34 24 70 77
IJ Marguerittes
04 66 75 28 97
IJ St Quentin la Poterie
04 66 22 42 07
IJ Uzès
04 66 22 57 23

IJ Sommières
04 66 93 20 20
IJ Syndicat mixte St-Génies-de-Malgoirès
04 66 63 00 80
IJ Temps libre St-Génies-de-Malgoirès
04 66 63 14 36

Info Jeunes Haute-Garonne - 31

IJ Occitanie
17 rue de Metz
31 000 Toulouse / Esquirol
Tel : 05 61 21 20 20
contact@crij.org
www.crij.org

IJ Autervive
05 61 50 74 97
IJ Plaisance du Touch
05 34 57 16 15
IJ Sicoval Ramonville St Agne
05 61 75 10 04

IJ Revel
05 62 18 36 17
IJ Saint Orens de gameville
05 61 39 54 02
IJ Toulouse Mirail
05 61 72 45 37
IJ Toulouse Quartiers Nord
05 62 72 23 78
IJ Toulouse Empalot
05 34 31 09 48
IJ Toulouse Soupetard
05 34 24 50 32
IJ Tournefeuille
05 62 48 84 10

Info Jeunes Gers - 32

IJ Auch
16 bis rue Rouget de Lisle
32 000 Auch
Tel : 05 62 60 21 21
ij@imaj32.fr
www.imaj32.fr/ijauch

IJ Lectoure
05 62 68 48 32
IJ Fleurance
06 76 94 76 03

Info Jeunes Hérault - 34

IJ Occitanie
6 rue d'Obilion
34 000 Montpellier/ Comédie
Tel : 04 67 04 36 66
www.crij.org
contact@crij.org

IJ Béziers
06 73 50 37 37
IJ Capestang
04 67 26 37 10
IJ Frontignan
04 67 18 50 84
IJ Gignac
04 67 54 91 45
IJ Grabels
06 22 19 26 89
IJ Marseillan
04 67 77 33 35
IJ Agde
04 67 35 30 45
IJ Lunel
04 67 87 83 87
IJ Magalas
04 67 36 07 51
IJ Sète
04 99 04 74 79
IJ I.PEICC
04 67 03 35 28
IJ EJC - Pierresvives Montpellier
04 67 67 30 86
IJ Radio Clapas Montpellier
04 67 92 17 47
IJ Espace Montpellier Jeunesse
04 34 46 68 28
IJ Saint-Jean-de-Védas
06 34 69 60 91
IJ Castelnau-le-Lez
04 67 14 27 67
IJ Saint Mathieu de Tréviers
04 67 55 17 80

Info Jeunes Lot - 46

IJ Grand Cahors
430 allée des soupirs
46 000 Cahors
Tel : 05 65 24 13 66
infojeunes@grandcahors.fr

IJ Figeac
05 65 34 34 49

Info Jeunes Hautes-Pyrénées - 65

IJ Tarbes
3 rue Colomès de Juillan
65 000 Tarbes
Tel : 05 62 93 22 12
bij@mairie-tarbes.fr

IJ Lourdes
22 avenue Maréchal Joffre
65 100 Lourdes
Tel : 05 62 94 31 51
geraldine.blayot@ville-lourdes.fr

Info Jeunes Pyrénées-Orientales - 66

IJ Perpignan
97 rue du Maréchal Foch
66 000 Perpignan
Tel : 04 68 34 56 56
contact@infojeunes66.fr
www.infojeunes66.fr

IJ Bompas
04 68 57 61 52
IJ Cabestany
04 68 67 59 81
IJ Céret
04 68 21 92 13
IJ Le Barcarès
04 68 86 11 64
IJ Le Boulou
06 03 11 37 04
IJ Odeillo Font-Romeu
04 68 04 48 35
IJ Habitat Jeunes Perpignan
04 68 81 44 37
IJ Thuir
04 68 53 04 14

Info Jeunes Tarn - 81

IJ Tarn
1 place de la résistance
81 000 Albi
Tel : 06 52 01 43 69
coordination.ijt@leolagrange.org
www.pourlesjeunestarnais.com

IJ Aussillon
06 16 20 00 59
IJ Graulhet
07 87 00 69 03

Info Jeunes Tarn et Garonne - 82

IJ Grand Montauban
2 boulevard E. Herriot
82 000 Montauban
Tel : 05 63 66 32 12
polejeunesse@ville-montauban.fr
www.sij-montauban.fr

IJ Beaumont de Lomagne
05 63 65 61 07
IJ Castelsarrasin
05 63 95 11 27
IJ Caussade
05 63 26 23 26
IJ Montech
06 98 69 59 96
IJ Negrepelisse
05 63 30 90 90
IJ Valence d'Agen
05 63 29 62 22
IJ Verdun sur Garonne
05 63 27 01 72
IJ Labastide Saint Pierre
05 63 30 14 74

Tu recherches ?

Des offres de jobs ou de volontariat; des infos sur le logement, le volontariat, la mobilité internationale, l'orientation, la recherche de job ... ; les évènements et actus qui peuvent t'intéresser dans ta vie quotidienne ?

Rendez-vous sur www.crij.org !

Info Jeunes Occitanie t'accueille aussi dans ses locaux à Toulouse et Montpellier

Toulouse / Esquirol
17 rue de Metz
05 61 21 20 20
du lundi au vendredi de 10h à 12h30 et de 13h30 à 18h (fermé au public le lundi matin)

Montpellier / Comédie
6 rue d'Obilion
04 67 04 36 66
du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h (fermé au public le jeudi matin)

Le guide Trouver un job - Édition 2024 est une publication du réseau Info Jeunes

Coordination : Florence Devenne (CIDJ)

Comité de rédaction : Vanessa Boesch (CRIJ Auvergne-Rhône-Alpes), Anne-Louise Martinat (CRIJ Nouvelle Aquitaine), Fabienne Masse (CRIJ Pays de la Loire), Valérie Montembault (CIDJ), eurodesk

Secrétariat de rédaction : Yasmine Agina (CIDJ)

Maquette et fabrication : Aneta Vuillaume (CIDJ)

Crédit photo de couverture : sturti /istockphoto.com

CIDJ - Centre d'Information et de Documentation Jeunesse
6/8, rue Eugène Oudiné - 75013 Paris
4, place du Louvre - 75001 Paris
Tél : 01 44 49 12 00
www.cidj.com

Trouvez les coordonnées du centre Info Jeunes le plus proche de chez vous

Version CRIJ Occitanie
Directeur de la publication : Jean-Pierre Margaix
Rédactrices : Jamila Baron, Dominique Rigal
Adaptation graphique : Claire Guillon

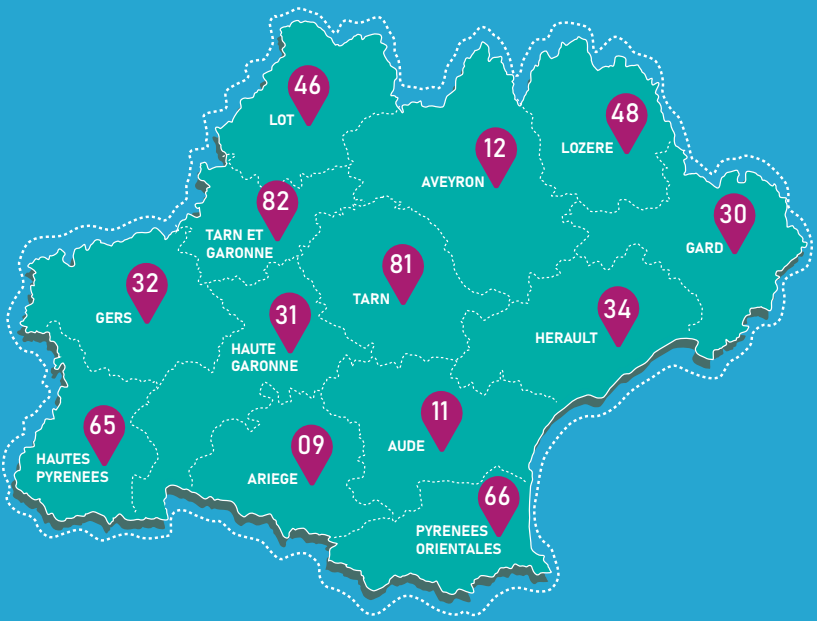
CRIJ Occitanie
Siège social • 17 rue de Metz • 31000 Toulouse
Site de Montpellier • 6 rue d'Obilion • 34000 Montpellier
www.crij.org

Conformément à une jurisprudence constante, les erreurs ou omissions involontaires qui auraient pu subsister dans ce guide malgré les soins et les contrôles de l'équipe de rédaction ne sauraient engager la responsabilité de l'éditeur. La reproduction partielle ou totale des renseignements contenus dans cette édition est formellement interdite sans l'autorisation expresse de l'éditeur.
© CIDJ / Réseau Info Jeunes 2024

Imprimé en Occitanie par IMP'ACT Imprimerie
Dépot légal janvier 2024 - ISBN 978-2-84175-215-7

Avec le réseau Info Jeunes Occitanie :

des infos et des conseils près de chez toi



Retrouve les coordonnées complètes des structures Info Jeunes proches de chez toi sur :

www.crij.org

Près de 90 structures Info Jeunes en Occitanie proposent un accueil personnalisé gratuit et sans rendez-vous, des conseils, un accompagnement pour des projets de jeunes, des services spécialisés et des actions d'animation.

#orientation #jobs #logement #mobilité #droits #engagement…

#InfoJeunes #ExplorerLesPossibles #MonJobAvecInfoJeunes

JOBS